

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA NYERI
LEHER PADA PENGGUNA LAPTOP**



SKRIPSI

**DIAJUKAN UNTUK MEMENUHI PERSYARATAN AKHIR DALAM
MENDAPATKAN GELAR SARJANA FISIOTERAPI**

Disusun Oleh:

Bekti Lestari

J 120 131 029

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2015

PERSETUJUAN UJIAN SIDANG SKRIPSI

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA NYERI
LEHER PADA PENGGUNA LAPTOP**

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan Dalam Ujian Skripsi

Program S1 Fisioterapi

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta



Diajukan Oleh:

BEKTI LESTARI
J120131029

Pembimbing I

Umi Budi Rahayu, S.Fis. M.Kes

Pembimbing II

Wahyuni, S.Fis. M.Kes

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “**Faktor-faktor yang Mempengaruhi terjadinya Nyeri Leher pada Pengguna Laptop**”, telah dipertahankan, dikoreksi dan disetujui didepan penguji. Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Fisioterapi di Program Studi S1 Fisioterapi Transfer Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Surakarta, Juni 2015

Menyetujui,

TIM PENGUJI SKRIPSI

Penguji

Tanda Tangan

1. Umi Budi Rahayu, S.Fis, M.Kes

2. Totok Budi S, S.Fis, MPH

3. Agus Widodo, S.Fis, M.Fis

Mengetahui,

Dekan FIK UMS

(Dr. Suwaji, M.Kes)

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Bekti Lestari
NIM : J120131029
Program Studi : S1 Fisioterapi Transfer
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Judul Skripsi : Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya
Nyeri Leher Pada Pengguna Laptop.

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya saya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebut sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Surakarta, Juni 2015

Peneliti



Bekti Lestari

MOTTO

Manusia yang mulia adalah yang tidak melihat kemuliaan dirinya sendiri.

(Imam Syafi'i)

Kebingungan adalah awal dari pengetahuan.

(Kahlil Gibran)

Hidup adalah perjuangan.

Jangan lihat masa lampau dengan penyesalan, jangan pula lihat masa depan dengan ketakutan, tapi lihatlah sekitar anda dengan penuh kesadaran.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillahirobil'alamin segala puji bagi Allah atas limpahan karunia-NYA yang tiada terbatas. Hanya karena rahmat, taufik serta hidayah-NYA semata penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA NYERI LEHER PADA PENGGUNA LAPTOP”.

Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Fisioterapi di Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dalam menyusun skripsi ini tidak lupa kiranya penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak:

1. Bapak Prof. Bambang Setiaji. Selaku rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Bapak Dr. Suwadi M.Kes. Selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Ibu Isnaini Herawati S.Fis, M.Sc. Selaku Kaprodi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Ibu Umi Budi Rahayu S.Fis, M.Kes selaku dosen pembimbing pertama yang telah memberikan bimbingan, arahan dan petunjuk dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Ibu Wahyuni S.Fis, M.Kes selaku dosen pembimbing kedua yang telah memberikan bimbingan, arahan dan petunjuk dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Semua pihak yang telah membantu demi terselesaikannya skripsi ini
7. Mamak dan Bapak tercinta, yang senantiasa memberikan dukungan, do'a dan kasih sayang serta perhatian. Mbakku (Ani) dan Adikku (Wawan) yang senantiasa mendukungku. Seluruh keluarga besar yang senantiasa memberikan nasehat dan dukungan, serta sahabat yang selalu membantuku.
8. Rekan-rekan mahasiswa Fisioterapi SI Transfer 2013 atas kerjasama dan kekompakannya.

Semoga amal dan kebaikan semua pihak tersebut mendapat balasan yang lebih baik dari Allah S.W.T.

Karya ini masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran guna perbaikan dalam kesempurnaan skripsi ini. Akhirnya, semoga karya sederhana ini dapat bermanfaat bagi ilmu pengetahuan, tenaga kesehatan dan penelitian khususnya di bidang Fisioterapi.

Surakarta, Juni 2015

Penulis

ABSTRAK

PROGRAM STUDI S I FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
Skripsi, 30 Juni 2015
39 Halaman

BEKTI LESTARI
FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TERJADINYA NYERI
LEHER PADA PENGGUNA LAPTOP

(Dibimbing Oleh: Umi Budi R, S.Fis.M.Kes dan Wahyuni, S.Fis, M.Kes)

Latar belakang: Nyeri muskuloskeletal di leher adalah rasa nyeri yang meliputi kelainan saraf, tendon, otot dan ligamen di sekitar leher. Berbagai jenis pekerjaan dapat mengakibatkan nyeri leher terutama selama bekerja dengan posisi tubuh yang salah sehingga membuat leher berada dalam posisi tertentu dalam jangka waktu lama, contohnya pekerja yang sepanjang hari hanya duduk bekerja dengan komputer.

Tujuan: Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya nyeri leher pada pengguna laptop.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode *descriptive* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel dalam penelitian sebanyak 100 responden. Untuk mengukur atau mengetahui tingkat nyeri leher pada responden ini digunakan alat ukur yaitu *Verbal Description Scale* (VDS) yaitu berupa kalimat yang digunakan untuk mendeskripsikan tingkat nyeri mulai dari tidak nyeri ringan sampai nyeri tak tertahankan. Analisis menggunakan uji *chi square* yang menghasilkan ada atau tidaknya hubungan antara faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya nyeri leher pada pengguna laptop (*Independent variable*) dan nyeri leher.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh variabel memiliki nilai $p < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada hubungan antara faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri leher pada pengguna laptop.

Kesimpulan: ada hubungan antara faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya nyeri leher pada pengguna laptop.

Kata Kunci: nyeri leher, faktor yang mempengaruhi nyeri leher, laptop

ABSTRACT

**S1 PHYSIOTHERAPY STUDY PROGRAM
HEALTH FACULTY
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
Thesis, 30 June 2015
39 Pages**

BEKTI LESTARI

FACTORS AFFECTING THE EVENT OF NECK PAIN IN LAPTOP USERS

(Supervised by: Umi Budi R,S.Fis,M.Kes and Wahyuni, S.Fis, M.Kes)

Background: Musculoskeletal pain is pain in the neck which include neurological disorders, tendons, muscles and ligaments around the neck. Different types of work can lead to neck pain, especially during working with the wrong body position so as to make the neck are in a certain position for a long time, for example, workers who sit all day just to work with computers.

Objective: To determine the factors that influence the occurrence of neck pain on the user's laptop.

Methods: This study used a descriptive method with cross sectional approach. Samples were 100 respondents. To measure or determine the level of neck pain on respondents used a measuring tool that is Verbal Description Scale (VDS) in the form of words used to describe the level of pain ranging from mild to no pain unbearable pain. Analysis using chi square test which resulted in whether or not the relationship between the factors that influence the occurrence of neck pain on the user's laptop (independent variable) and neck pain.

Results: The results showed that all variables have a value of $p < 0,05$ so that H_0 refused and H_a accepted, meaning that there is a relationship between the factors that affect the neck pain on the user's laptop.

Conclusion: there is a relationship between the factors that influence the occurrence of neck pain on the user's laptop.

Keywords: neck pain, neck pain factor affecting, laptop

PERSEMBAHAN

Allah SWT dan Rasulku Muhammad SAW

Terima kasih atas segala pertolongan yang tak pernah putus-putus jalannya. Atas Kehendak Allah dan Rasul Muhammad SAW saya dapat menyelesaikan ini, kasihMu sungguh indah meski dalam terik panas dan dinginnya malam.

Orang Tua

Terima kasih kepada Mamak dan Bapak yang selalu memberikan motivasi dan semangat serta selalu berusaha memenuhi kebutuhanku selama ini, atas doa tulus dan perjuangannya untukku. Cinta Allah mengiringi langkah kita, hingga dalam jarakpun kita masing dilimpahkan kasih sayang dariNya.

Seluruh Keluarga

Terimakasih untuk cinta dan kasih sayang tiada henti yang telah diberikan kepadaku, untuk Mbakku, Adikku, segenap keluarga dan saudaraku atas supportnya sampai saat ini.

Orang-orang Spesial

Sahabat seperjuangan Marga, Dedy, Mba Dewi, Kak Lizan yang selalu ada apapun keadaanku. Kalian sungguh sahabat yang luar biasa terimakasih untuk ketulusan kalian. Yang jauh di tanah Minang (AZ) terima kasih untuk supportnya. Untuk adek-adekku di wisma serasi 1 Ayuk, Mega, Zahra (Sulis), Tika terimakasih untuk semuanya.

**Terakhir untuk semua sahabat, teman sekelas S1 fisioterapi transfer, rekan dan pihak yang telah membantuku dalam skripsi ini
Segenap dosen Prodi Fisioterapi UMS terima kasih.**

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Kerangka Teori.....	4
1. Laptop	4
2. Komponen Laptop.....	5
a) Monitor	5

b) <i>Keyboard</i>	6
c) Perangkat Keras	6
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Nyeri Leher Pada Pengguna Laptop	6
a) Postur Tubuh.....	6
b) Durasi	7
c) Frekuensi	7
d) Desain Tempat Duduk.....	8
e) Ukuran Laptop.....	9
4. Pengaruh Penggunaan Laptop Terhadap Nyeri Leher	10
B. Kerangka Berfikir.....	12
C. Kerangka Konsep	13
D. Hipotesis.....	13
BAB III METODE PENELITIAN.....	14
A. Jenis Penelitian.....	14
B. Waktu dan Tempat Penelitian	14
C. Populasi dan Sampel.....	14
D. Variabel Penelitian	15
E. Definisi Konseptual	15
F. Definisi Operasional	17
G. Jalannya Penelitian.....	18
H. Analisis Data	19

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	20
A. Gambaran Umum Penelitian	20
B. Karakteristik Responden	20
C. Analisis Data	26
D. Pembahasan	27
E. Keterbatasan Penelitian	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	38
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Beberapa Jenis Ukuran Laptop	9
Gambar 2.2 Kerangka Pikir.....	12
Gambar 2.3 Kerangka Konsep.....	13
Gambar 4.1 Distribusi Subjek Berdasarkan Usia.....	27
Gambar 4.2 Distribusi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	28
Gambar 4.3 Distribusi Subjek Berdasarkan Posisi kepala	29
Gambar 4.4 Distribusi Subjek Berdasarkan Posisi Duduk.....	30
Gambar 4.5 Distribusi Subjek Berdasarkan Posisi Tangan.....	31
Gambar 4.6 Distribusi Subjek Berdasarkan Posisi Kaki.....	31
Gambar 4.7 Distribusi Subjek Berdasarkan Durasi Penggunaan Laptop.....	33
Gambar 4.8 Distribusi Subjek Berdasarkan Frekuensi Penggunaan Laptop.....	34
Gambar 4.9 Distribusi Subjek Berdasarkan Desain Tempat Duduk.....	35
Gambar 4.10 Distribusi Subjek Berdasarkan Ukuran Laptop.....	36

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Distribusi Subyek Penelitian Berdasarkan Usia.....	20
Tabel 4.2 Distribusi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	21
Tabel 4.3 Distribusi Subjek Berdasarkan Posisi kepala	22
Tabel 4.4 Distribusi Subjek Berdasarkan Posisi Duduk.....	22
Tabel 4.5 Distribusi Subjek Berdasarkan Posisi Tangan.....	23
Tabel 4.6 Distribusi Subjek Berdasarkan Posisi Kaki.....	23
Tabel 4.7 Distribusi Subjek Berdasarkan Durasi Penggunaan Laptop.....	24
Tabel 4.8 Distribusi Subjek Berdasarkan Frekuensi Penggunaan Laptop.....	24
Tabel 4.9 Distribusi Subjek Berdasarkan Desain Tempat Duduk.....	25
Tabel 4.10 Distribusi Subjek Berdasarkan Ukuran Laptop.....	25
Tabel 4.11 Distribusi Hasil Uji Statistik Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Leher Pada Pengguna Laptop.....	26